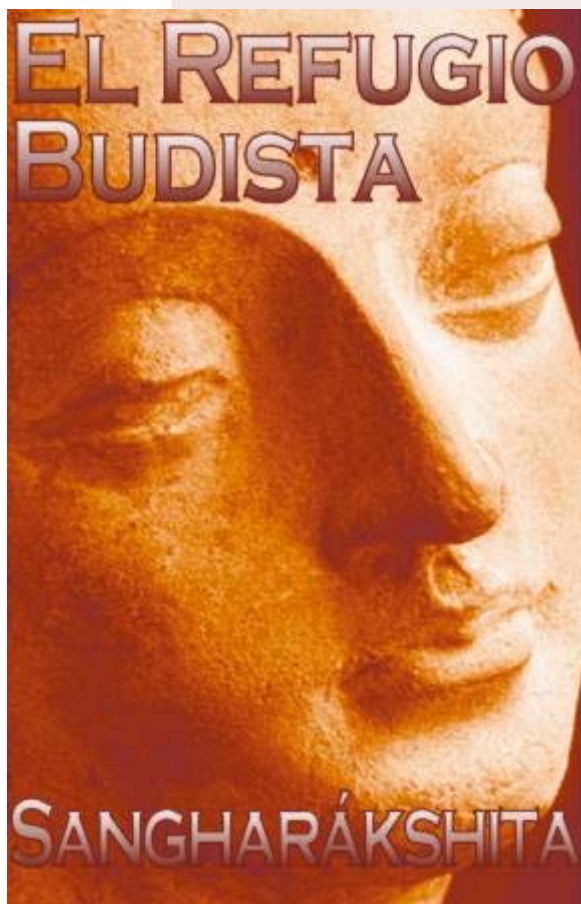




Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharm.org.br](http://www.jardimdharm.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins - Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP



## El Refugio Budista

**Sangharákshita**

© Sangharákshita 1983  
© traducción [Librosbudistas.com](http://Librosbudistas.com)

Este texto es la transcripción de una conferencia dada en la India.

El tema de esta conferencia es el Ir al Refugio (En pali: *saranagamana*, y en sánscrito: *sarana-gamana*), y me alegra mucho que se me haya invitado a hablar sobre ello, puesto que se trata de algo muy querido para mí. Sin embargo voy a enfocarlo de manera indirecta, a través de mi experiencia recogida viviendo y trabajando para el budismo en Gran Bretaña. Desde 1967 he dedicado mi tiempo y energía a la creación y consolidación de un movimiento budista completamente nuevo en occidente, que empezó en Gran Bretaña, y es a través de mi experiencia dentro de este nuevo movimiento como voy a abordar el tema de la toma de refugio.

En los centros budistas de las distintas ciudades -este nuevo movimiento se conoce como los "Amigos de la Orden Budista Occidental"- se llevan a cabo una variada serie de actividades como pueden ser conferencias sobre budismo, sobre literatura o arte, clases de meditación, clases de hatha yoga, o cursos sobre la comunicación humana. Cada cierto tiempo tienen lugar retiros, que llevan consigo pasar el día entero en el centro budista haciendo meditación, estudiando, intercambiando opiniones o haciendo ejercicios de comunicación.

La gente llega a conocer nuestras actividades por diversos medios. Unos, a través de nuestra publicidad, pero lo más frecuente es que un amigo le comente a otro que conoce un sitio donde se practica meditación, o donde se puede aprender algo sobre budismo, o practicar hatha yoga; de una manera u otra, la gente entra en contacto con el centro más cercano y, por lo tanto, con nuestro nuevo movimiento budista.



Al principio, puede que estén simplemente interesados en la meditación, o en la filosofía budista, o en el hatha yoga, y vienen a nosotros sólo por esto. De cualquier modo, empiezan a venir. En la mayor parte de los países occidentales hay miles de personas que se dedican a "probar" todo tipo de grupos espirituales. Se interesan por uno de ellos durante un tiempo, luego prueban otro y otro y otro, con lo que acaban probando gran número de ellos. Algunas de las personas que vienen a cualquiera de los centros son de este tipo. Se quedan durante un tiempo, y después nos dejan para continuar su búsqueda en otra parte; pero otros, permanecen con nosotros porque les gusta nuestra manera de ver las cosas y se sienten como en casa. Se van interesando cada vez más por nuestras actividades, y un día surge en ellos la idea de que les gustaría sentirse identificados con nosotros, en otras palabras, "pertener" al grupo. A partir de ese momento pueden llegar a convertirse en lo que llamamos Mitra, que es simplemente la palabra sánscrita que equivale a amigo. Aquí quizás debería aclarar que uno no se hace socio de los "Amigos de la Orden Budista Occidental". Uno no se inscribe simplemente rellenando una ficha o pagando una suscripción. En vez de esto se emplea un sistema diferente que voy a explicar a continuación. Cuando una persona alcanza el momento en el que quiere "pertener" a los "Amigos de la Orden Budista Occidental" y convertirse en Mitra, comunica a los demás su deseo, si éste es auténtico y demuestra un interés real por las diversas actividades de los "Amigos de la Orden Budista Occidental", tiene lugar entonces una sencilla ceremonia pública en la cual esa persona ofrece flores, una vela encendida y un palito de incienso ante una imagen del Buda. De esta forma uno se convierte en Mitra. Hasta entonces esa persona había sido considerada como un Amigo con mayúsculas. Nosotros tenemos estas categorías, como si dijéramos, para los "no-miembros". Todo aquel que venga a participar en cualquiera de las diversas actividades, por pequeña que sea esta participación, es considerado como Amigo. No tiene que "pertener" de una manera burocrática, y se tiene completa libertad para obtener beneficio de cualquier tipo de las diversas actividades, sin que eso implique ningún tipo de obligación o responsabilidad determinadas. A nosotros, nos alegra mucho que sea así. Ahora bien, si esa persona quiere profundizar a partir de ese primer contacto, entonces se convierte en Mitra de la forma que he explicado antes.

El hecho de que una persona se convierta en Mitra significa que ha cesado su búsqueda para pertenecer a un grupo espiritual, y a partir de ese momento todo su tiempo y energía se enfocará exclusivamente hacia los "Amigos de la Orden Budista Occidental". De un Mitra se espera: 1. Que dé por terminada su búsqueda de un movimiento espiritual y que se haya decidido por la Orden; 2. Que mantenga una práctica de meditación diaria; 3. Que se mantenga en contacto con los miembros de la Orden que dirigen las actividades del centro y que desarrolle, "Kalyana Mitrata" o "compañerismo espiritual" con ellos; y 4. Que ayude al centro y al movimiento en general de la forma práctica que crea más conveniente.

Por tanto, existen Amigos, Mitras y también Miembros de la Orden, o Dharmacharis y Dharmacharinis, sobre los cuales explicaré algo más, dentro de un momento.

Una vez siendo Mitra, lo más probable es que uno se vea progresivamente más envuelto en el movimiento y más atraído por la belleza del ideal espiritual budista, el ideal de la iluminación humana. Puede que encuentre que su experiencia en la



meditación se hace más profunda, que su comunicación con otras personas se expande y que sus condicionamientos psicológicos están desapareciendo. Finalmente uno puede descubrir que el centro de gravedad de su existencia se ha visto desplazado ligeramente, y que ahora quiere dejar a un lado sus antiguos intereses y actividades y comprometerse completamente con el budismo, con el Dharma, con la vida espiritual en suma. Llegado este momento, uno empieza a pensar seriamente en entrar a formar parte de la Orden o, usando términos tradicionales, uno piensa en tomar refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha. Si los miembros de la orden están convencidos de que el deseo del aspirante es auténtico, y de que esa persona está realmente capacitada para tomar refugio -que no es tarea fácil de llevar a cabo-, entonces, su "solicitud" es aceptada y a su debido tiempo tiene lugar la maravillosa ceremonia de ordenación. Uno se convierte en Dharmachari o Dharmacharini, o lo que es lo mismo, alguien que toma refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha, y quien, además, empieza a considerar los "Diez Silas" o preceptos morales, mediante los cuales, el cuerpo, el habla y la mente se ven progresiva y sistemáticamente purificados.

Llegados a este punto, puede que os estéis preguntando dónde se encuentra el origen de este "Ir al Refugio", y por qué parece representar la culminación del compromiso no sólo con nuestro nuevo movimiento budista, sino incluso con el budismo como tal. Después de todo, uno se convierte primero en Amigo, luego en Mitra y finalmente en Dharmachari o Dharmacharini, como acabo de explicar. La tradición de "tomar refugio" es, sin embargo, muy antigua. Para poder comprender dónde se origina y por qué tiene una importancia tan tremenda deberemos remontarnos muy atrás en el tiempo, hasta la época en que vivió el Buda, cuando acontecieron unos determinados sucesos.

Después de haber alcanzado la iluminación, el Buda dedicó gran parte de su tiempo a viajar de un lugar a otro dando a conocer el Dharma o verdad que había descubierto y el camino que llevaba a ese conocimiento. Mucho de lo que dijo se conserva en las escrituras en pali, pero aunque a veces nos encontremos con lo que muy bien podrían ser las auténticas palabras del Buda, quizás no seamos capaces de apreciar el efecto tan poderoso que tendrían en las personas que en aquél entonces las escucharon de labios del Iluminado.

Lo que normalmente encontramos en los textos es que en el curso de su deambular, el Buda se encuentra con una persona determinada, bien sea un rico brahmin, un humilde vagabundo o un joven príncipe, y los dos comienzan a hablar. Cuando la conversación se hace más profunda, el Buda empieza a hablar desde lo profundo de su experiencia espiritual. En otras palabras, el Buda expone el Dharma: el dharma sale a la luz.

A veces, cuando leemos las escrituras budistas nos da la impresión de que el Dharma consiste en una serie de listas, las cinco de esto, las seis de lo otro, etc., así como de que estamos ante algo excesivamente esquematizado y cuadrículado. Pero desde luego, no era así al principio, ni mucho menos. Era algo fresco, original y creativo. El Buda hablaba desde lo profundo de su experiencia mística. Exponía la verdad y mostraba el camino que lleva a la iluminación y la persona con la que estaba hablando se sentía absolutamente asombrada y admirada. En algunos casos puede que esa persona fuera incapaz de hablar o de hacer otra cosa que no fuera balbucear unas palabras carentes de toda coherencia. Algo le había sido revelado. Una puerta se había



abierto de pronto, más allá de su comprensión ordinaria. Por un instante, al menos, había vislumbrado la verdad y esta experiencia le había dejado anonadado. A veces, en ocasiones como éstas, las escrituras nos dicen que la persona al respecto exclamaba: "Maravilloso, señor, maravilloso". Como sí uno tuviera que empezar de nuevo lo que ha sido derribado, o revelar lo que ha estado oculto, o indicar el camino a alguien que estaba perdido, o llevar una luz en la oscuridad y decir: "Aquellos que tengan ojos verán". De este modo ha sido manifestada la verdad en boca del más excelso. Entonces, desde la profundidad de su gratitud esta persona declararía fervientemente: "Buddham saranam gacchami", "Dhammam saranam gacchami", "Sangham saranam gacchami" - "Voy por refugio al Buda al Dharma y a la Sangha". Ahora podemos entender no sólo donde tiene su origen el "tomar refugio", sino también algo de su tremendo significado espiritual. Tomar refugio representa la reacción emocional positiva -de hecho una reacción y respuesta totales- al ideal espiritual, cuando este ideal es revelado a nuestra visión espiritual. Es tal la fuerza de la llamada, que no queda más remedio que responder a ella de manera total y absoluta. Como muy bien afirma Tennyson: "No nos queda más remedio que amar lo supremo cuando lo vemos". Ir al Refugio es quizás algo así. Hemos visto lo "supremo", nos ha sido revelado, por lo tanto no tenemos más remedio que amarlo, que darnos a ello por entero, que comprometernos con ello. Ese compromiso nuestro con lo "supremo" es tomar refugio. La finalidad de tomar refugio es triple, lo que se conoce como las tres piedras preciosas o las tres joyas. Uno toma refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha. El significado de tomar refugio puede entenderse con facilidad en un sentido general -darse o comprometerse uno por entero a lo "supremo"- pero, ¿qué significa tomar refugio en el Buda específicamente o en el Dharma, o en la Sangha?

El Buda es un ser humano que alcanzó la iluminación. No es Dios, ni un mensajero suyo, sino un ser humano que gracias a su propio esfuerzo alcanzó la cumbre de la perfección humana. Consiguió llegar a un estado inefable al que llamamos iluminación, nirvana o estado de Buda. No solamente es un Buda, sino un Samyak Sambuddha, completa y perfectamente iluminado. Cuando tomamos refugio en el Buda, lo hacemos en este sentido. No se trata sólo de que le admiremos a distancia. Le admiramos en gran medida y, de hecho, puede que esté muy distante de nosotros en este momento, pero por grande que sea la distancia entre el Buda y nosotros, esa distancia puede acortarse hasta desaparecer.

Podemos hacer que desaparezca si seguimos el camino y practicamos el Dharma. También nosotros podemos parecernos al Buda. También nosotros podremos alcanzar la iluminación. Este es el gran mensaje del budismo. Todo ser humano que se esfuerce en ello, que siga el "Noble Camino Octuple" hacia la iluminación, puede llegar a ser lo que fue el Buda. Por lo tanto, cuando tomamos refugio en el Buda es como si dijéramos: "Eso es lo que yo quiero llegar a ser. Eso es lo que yo quiero alcanzar. Quiero llegar a la iluminación y desarrollar la sabiduría y la compasión al máximo". Tomar refugio en el Buda significa considerar al Buda -al estado de Buda- como nuestro ideal espiritual personal, o como algo que nosotros mismos también podemos conseguir.

El Dharma es el sendero o camino. Es el sendero de lo que a veces he denominado la evolución superior del hombre, un estadio de desarrollo puramente espiritual más allá



de la normal evolución biológica. Como tal camino o sendero, existen diferentes formulaciones del Dharma. Decimos "el camino triple" de la moralidad (sila), la meditación (samadi), y la sabiduría (prajna); así como el camino de las "seis perfecciones" (paramitas), que son la generosidad (dana), la moralidad (sila), la paciencia y el dominio sobre uno mismo (ksanti), el vigor (virya), la consciencia superior (samadi) y la sabiduría (prajna), que es el camino del bodisatva. Aunque hay muy diversas formulaciones, el principio básico del camino es sólo uno. El camino es esencialmente el camino de la evolución superior; es todo aquello que nos ayuda a evolucionar. El Dharma o el camino no debe ser identificado con una u otra enseñanza concreta. De acuerdo con la propia declaración expresa del Buda, Dharma es todo aquello que contribuya al desarrollo espiritual del individuo. Cuando su tía materna y madre adoptiva Mahaprajapati - la Gotamid - le preguntó por un criterio por el cual pudiera distinguir entre lo que era Dharma-vinaya y lo que no lo era, el Buda contestó: "De cualquier doctrina, Gotamid, de la que puedas afirmar con seguridad que: 'Estas enseñanzas conducen a la pasión y no a su disipación; a la esclavitud y no a la imparcialidad; al incremento de beneficios en el mundo ordinario, y no a su disminución; a la codicia y no a la sencillez; al descontento y no al contento; a la compañía y no a la soledad; a la pereza, y no a la energía; al deleite en la maldad y no en la bondad'. De tales enseñanzas deberías ciertamente afirmar Gotamid: 'Esto no es el dharma, esto no es el vinaya, esto no es el mensaje del maestro'. Pero de aquellas enseñanzas de las que puedas con certeza afirmar que son lo opuesto a lo que acabo de decir; podrás ciertamente afirmar 'esto sí es el Dharma, esto es el vinaya, este es el mensaje del maestro'".

Cuando tomamos refugio en el Dharma nos comprometemos a seguir el camino de la evolución superior. Nos comprometemos con todo lo que nos ayude a desarrollarnos espiritualmente, a crecer hasta el estado del Buda.

Sangha quiere decir "comunidad espiritual". En primer lugar representa la comunidad de todos aquellos seres más avanzados que nosotros: los grandes bodisatvas, los arhats, los que han entrado en la corriente, etc. Todos ellos forman la arya sangha o comunidad espiritual en su sentido más elevado. En otro sentido, significa la comunidad de todos los budistas, es decir, de todos aquellos que toman refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha. Tomar refugio en la arya Sangha implica abrirnos a la influencia espiritual de los seres excelsos que la forman, aprender de ellos, sentirse inspirado por ellos, reverenciarlos.

Tomar refugio en la Sangha en su sentido más común, como comunidad de todos los budistas, implica disfrutar de una mutua camaradería espiritual, ayudarse unos a otros en el camino de la evolución. A veces, puede que no necesites un gran bodisatva avanzado para ayudarte. Todo lo que necesitas es un ser humano corriente que esté un poco más evolucionado espiritualmente que tú, o incluso que sea un poco más sensato. Con demasiada frecuencia la gente va en busca de un gran gurú muy evolucionado, pero eso no es lo que realmente necesitan, incluso aunque esa persona sea accesible. Lo que necesitan es una ayuda donde ellos están en un momento determinado, es decir, en el estadio concreto del camino en el que se encuentran, y esa ayuda puede generalmente darla una persona budista cualquiera.



Así pues, esto es concretamente lo que significa tomar refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha, y es esta triple toma de refugio -de la forma en que lo he explicado- lo que convierte a uno en budista. Pero una vez dicho esto, tengo que añadir que, muy a pesar mío, el tomar refugio, a pesar de su crucial importancia, está poco considerado en los países budistas asiáticos, sobre los cuales diré algo enseguida. Dentro de los "Amigos de la Orden Budista Occidental" hacemos hincapié en la importancia que tiene el tomar refugio, estamos intentando volver a como las cosas eran en la época del Buda. Estamos tratando de restablecer el significado que el tomar refugio tenía en un primer momento.

Volviendo de nuevo a la época en que vivió el Buda, encontramos que algo de la mayor importancia, aparte de lo ya mencionado, ocurría. No sólo se daba el caso de que alguien, se sintiera tan impresionado y estremecido ante la exposición de la verdad por parte del Buda que decidiera tomar refugio, sino que mientras le escuchaba podía surgir en su mente una auténtica penetración en esa verdad. Según el lenguaje de las escrituras budistas, en esa persona, surgiría pura y transparente ya, la visión de la verdad (dharma-caksus) -una profunda experiencia espiritual-, Esta visión de la verdad es una de las cinco visiones que se conocen en la tradición budista. En primer lugar está "la visión física" (mamsa-caksus), que es la visión con la que ahora les estoy mirando y viceversa. Se trata del órgano físico de la visión, gracias al cual percibimos los objetos materiales. En segundo lugar se encuentra "la visión divina" (divya-caksus). Si fuerais capaces de ver lo que pasa al otro extremo de la ciudad o en otra más lejana, o incluso en la India, estaríais haciendo uso de este tipo de visión. Se la conoce como la facultad de la clarividencia y es uno de los poderes paranormales que pueden surgir de manera espontánea durante la práctica de la meditación. En tercer lugar se encuentra "la visión de la verdad" (dharma-caksus), la visión espiritual interior, con la cual se "ve" la verdad de las cosas y más adelante volveré sobre ella. En cuarto lugar se encuentra "la visión de la sabiduría" (prajna-caksus), que va incluso más allá que la visión de la verdad y que surge solamente cuando uno se convierte en un arhat. En quinto y último lugar se encuentra "la visión universal" (samanta-caksus) también conocida como "la visión del Buda", que surge sólo cuando uno ha llegado a la iluminación completa, cuando la visión espiritual es total y absoluta.

Analícemos ahora más atentamente la visión de la verdad, la visión del Dharma. Existe una frase en las escrituras budistas que nos da una explicación resumida. Dice simplemente que todo lo que surge -lo que aparece en la existencia - debe desaparecer. Esto es tan sencillo y evidente que quizás podáis pensar que ya lo sabíais; pero, la visión de la verdad no representa un conocimiento teórico acerca del hecho de la impermanencia o transitoriedad universales, sino una introspección espiritual sobre ello, una comprensión verdadera y real. El que todas las cosas sean impermanentes -que al final hemos de abandonarlo todo, dejarlo todo- puede parecer un mensaje terrible para algunas personas, sin embargo, esto no tiene porque ser así, ya que la impermanencia implica no sólo cambio, sino también desarrollo y transformación. Si las cosas no fueran impermanentes y no cambiaran -si fuéramos hoy los mismos que ayer y ayer los mismos que anteayer- eso sí que sería algo realmente terrible, ya que no podríamos crecer ni evolucionar. La ley de la impermanencia garantiza la posibilidad de la evolución. Esto es lo que uno comprende cuando se abre la visión del Dharma. Uno no sólo ve la impermanencia, no sólo comprende que todo



cambia, sino también observa la posibilidad del crecimiento y la evolución humana. Ve la posibilidad de la transformación, desde la naturaleza humana normal hasta la iluminación o estado de Buda.

Cuando se desarrolla este tipo de introspección y se alcanza la visión del Dharma, ocurre algo especial. En el lenguaje budista "se entra en la corriente" -la corriente que conduce directamente al nirvana-. Todo tu ser se dirige irreversiblemente hacia la iluminación o estado de Buda. Esto es lo que llamamos "verdadero" Ir al Refugio o, si se quiere, el Ir al Refugio "trascendental". Al "entrar en la corriente", al "tomar refugio" de esta forma tan elevada y trascendental, se rompen al mismo tiempo tres de los "diez impedimentos" que nos atan a la existencia ordinaria. Debido a la ruptura de estos tres impedimentos se "entra en la corriente y uno se convierte en lo que se conoce como "el que entra en la corriente" (srotapanna). Puesto que ocupan un lugar importante en el budismo, permitidme añadir unas palabras acerca de cada uno de los tres impedimentos.

El primer obstáculo es el del "concepto del yo" (satkayadrsti). Cuando se es víctima de este concepto del ego, se tiene la idea de que lo que experimentamos como ego o yo es algo fijo, irreducible y último. Creemos que hay un núcleo de nosotros que nunca va a cambiar y que es nuestro yo "real". El concepto de ego trae consigo este tipo de actitud que bloquea el cambio e inhibe la evolución, porque pensamos que somos de una manera determinada, y tal y como somos ahora permaneceremos siempre. Es muy difícil superar este obstáculo e imaginarse a uno mismo como algo distinto a lo que se es ahora. Pero puede hacerse. Si uno está realmente comprometido con el camino espiritual, llegará un momento en el que podremos mirar atrás y ver los enormes cambios que se han producido. Veremos que hemos evolucionado, incluso que estamos transformados. Pero hasta que no se supere el obstáculo del concepto del ego no se dará realmente ni la evolución espiritual ni la entrada en la corriente.

El segundo obstáculo es el de la "duda" (vicikítsa), aunque no se trata de duda en el sentido espiritual, sino en el de la indecisión. Se trata de una indecisión culpable y deliberada. Se renuncia a tomar una decisión y por lo tanto a comprometerse. En vez de dedicarnos a algo de todo corazón, preferimos mantener todas las opciones abiertas. Así, ponemos excusas, dudamos, vacilamos, no nos decidimos, esperamos tiempo y racionalizamos. Este es el obstáculo de la duda. Es esa duda la que nos impide lanzarnos de lleno a la vida espiritual, lanzarnos hacia lo más profundo. Consecuentemente no llegamos a ninguna parte en nuestro camino espiritual: hemos fracasado en conseguir algún progreso espiritual.

El tercer obstáculo es el de la "dependencia de las leyes morales y los preceptos religiosos" (silavrata-paramarsa), o dicho de otro modo, la creencia en que el obrar por puro formulismo es suficiente. Uno obra así cuando su corazón no se halla realmente en lo que está haciendo. Pensamos que si mantenemos las apariencias (externas), es decir, si observamos las normas de moralidad porque eso es lo que nos exige la sociedad y cumplimos los preceptos religiosos porque eso es lo que nos exigen nuestros correligionarios, no habrá ningún problema. Este tipo de actitud es lo que se llama dependencia de las leyes morales y los preceptos religiosos. Se produce una división entre la observación de las leyes y el estado de ánimo interior. Aunque lo que



estemos haciendo puede ser muy bueno en si mismo, nuestro corazón no está en ello y por lo tanto nuestra actuación es algo vacío, mecánico, rígido y artificial. Esto implica que este tipo de acciones no nos ayudarán a evolucionar: no llevan espiritualmente a ninguna parte.

Estos son los tres obstáculos. Cuando se "entra en la corriente" se superan y cuando se superan es cuando se "entra en la corriente". Cuando se abre la visión del Dharma, la verdad de la impermanencia se abre ante nosotros incluyendo la verdad de la posibilidad de transformación total, y esa introspección interior de una visión espiritual superior produce la superación de los tres obstáculos. Así pues, ocurren dos cosas al mismo tiempo: la toma de refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha a nivel trascendental y la apertura de la visión del Dharma, o visión espiritual superior, que llevaría a su vez a la superación de los tres obstáculos y a la entrada en la corriente. De hecho, no sólo es que estas dos cosas, es decir, el tomar refugio y la entrada en la corriente, ocurran juntas, sino que son diferentes aspectos en una misma persona y de una única experiencia espiritual o proceso espiritual.

Volviendo de nuevo a la época del Buda, podemos llegar un poco más lejos aún. Suponed que alguien escucha al Buda exponiendo el Dharma, se siente impresionado y estremecido y decide ir al Refugio y suponed que alcanza la entrada en la corriente. Aún hay algo más que puede ocurrir al llegar a este punto. Puede que esa persona deje su casa y se convierta en un monje o bikshu. Esto no ocurría siempre. A veces, alguien tomaba refugio y se abría al mismo tiempo su visión del Dharma, pero no dejaba su casa, a pesar de que la mayoría sí que lo hacía. En tales casos no sólo se dan dos, sino tres cosas al mismo tiempo: tomar refugio, la entrada en la corriente y lo que se conocía como "ordenación", es decir, ir hacia la vida errante y convertirse en un bikshu o monje. Esta era la situación en el tiempo del Buda.

Después de la muerte del Buda, o de lo que llamamos su paranirvana, se produjeron numerosos cambios. Y quizás, inevitablemente, se produjo un cierto deterioro espiritual. La entrada en la corriente se hizo cada vez más rara, y a medida que iban transcurriendo los siglos, el énfasis se fue poniendo poco a poco en "convertirse en monje" en su sentido más formal, y tomar refugio fue gradualmente perdiendo su significado como el acto central de la vida budista. Esto ocurrió especialmente en los países de tradición teravada en el sudeste asiático. En la actualidad si visitamos estos países o hablamos con un budista de la escuela teravada, no nos dirán mucho acerca de la importancia que tiene tomar refugio. Nos hablarán, sin duda, de convertirse en monje en su sentido más formalista, es decir, raparse la cabeza y llevar la túnica amarilla. Ahí es donde la escuela teravada pone su énfasis. Para ellos existen dos tipos de personas: los monjes y los laicos. A un lado se sitúan los monjes, que son los verdaderos budistas, al otro lado la gente laica, que no son tan "verdaderos" budistas como los primeros. Uno puede incluso hablar entonces de budistas de primera clase y budistas de segunda clase. A veces, las diferencias parecen llegar hasta este extremo.

Parece, sin embargo, que observando los hechos tal y como ocurrían en la época del Buda, hay que decir que aunque realmente hay diferencia, ésta es de otro tipo. La verdadera diferencia no se encuentra entre monjes y laicos, sino entre aquellos que han tomado refugio y aquellos que no lo han hecho. La diferencia entre un monje que



toma refugio y una persona laica -un hombre o una mujer- que toma refugio tiene una importancia secundaria. Que tú vivas de una manera determinada, o sigas una disciplina concreta, eso tiene una importancia secundaria. Lo que es primordial es el compromiso espiritual cuando se toma refugio. Por esto en los "Amigos de la Orden Budista Occidental", tenemos un dicho, una especie de refrán: "tomar refugio -o comprometerse- es lo principal, la forma de vida es algo secundario".

Ahora bien, aunque en los países de tradición teravada se haya insistido demasiado entre la distinción de monje y laico, y se haya perdido la apreciación de la importancia que tiene el tomar refugio, esto no ocurrió con la misma intensidad en los países de tradición mahayana. Como su propio nombre indica, los países de tradición mahayana siguieron la tradición del gran sendero. Siguieron el ideal del bodisatva e hicieron hincapié en el ideal de alcanzar la iluminación, no sólo para beneficio propio sino para beneficio de todos los seres. En último término, por supuesto, la distinción entre ambas cosas desaparece. No se puede realmente llegar a la iluminación para beneficio de otros a menos que se sea una persona de un desarrollo espiritual considerable, y esa persona no puede evolucionar espiritualmente a menos que, al mismo tiempo no tenga conciencia, hasta cierto punto, de las necesidades de los demás seres vivos.

A la larga el individualismo espiritual y el altruismo espiritual coinciden; pero como reacción necesaria al primero de los acercamientos, al acercamiento teravada e hinayana en general, que son más individualistas, la escuela mahayana hizo hincapié en el ideal del bodisatva. La actitud del bodisatva es la siguiente: "No deseo la iluminación para mí mismo únicamente. Si ha de ser solamente para mí, entonces no me interesa. Deseo la iluminación para todos los seres. Así pues, estoy trabajando para que todos lleguen a la iluminación; incluyéndome a mí también". No es que el bodisatva se excluya a sí mismo. Se incluye, pero sólo como uno más entre muchos. Su misión es trabajar por el progreso espiritual, la iluminación última de todos los seres.

Puesto que la escuela mahayana adoptó o desarrolló el ideal del bodisatva, todas las distinciones menores perdieron su importancia. Se insistía en que todo el mundo debería tener por meta el alcanzar el estado de buda, todo el mundo debería seguir el ideal del bodisatva. Ya fuera monje o laico, culto o iletrado, rico o pobre, espiritualmente desarrollado o no, todos deberían aspirar a la iluminación para beneficio de todos los seres. Debido a la existencia de este ideal del bodisatva, encontramos que en la tradición mahayana hay menos diferencia entre monje y laico, o al menos, se ha insistido menos en esa diferencia.

Pero ¿qué es un bodisatva y qué significa aspirar a la iluminación para beneficio de todos? De acuerdo con la tradición mahayana, el bodisatva en un sentido real es aquel en el que ha surgido la bodichita o "deseo de iluminación" (como yo traduzco el término), como una experiencia espiritual vital. Bodichita no es una mera aspiración piadosa, ni un concepto, ni un ideal abstracto. Cuando, desde la profundidad del ser, surge un impulso tremendamente poderoso hacia la iluminación para beneficio de todos los seres, y cuando ese impulso domina la vida entera y se convierte en la corriente principal de la experiencia, entonces a eso se le denomina bodichita.



Llegados a este punto surge una interesante cuestión que concierne a la naturaleza de la relación entre la bodichita, o el surgimiento de ésta por un lado; y el tomar refugio, el abrirse a la visión del Dharma, la entrada en la corriente y el ir hacia la vida errante y convertirse en monje por otro. La bodichita, o el surgimiento de la bodichita representa, por así decirlo, la dimensión más altruista de esas otras cuatro experiencias. O mejor dicho, las cinco, incluyendo la bodichita, representan cinco aspectos de una única, básica y crucial experiencia espiritual. El tomar refugio hace hincapié en los aspectos emocionales y volitivos de esa experiencia; la apertura de la visión del Dharma en su contenido cognitivo; la entrada en la corriente, en la naturaleza permanente y de gran alcance de sus efectos; ir hacia la vida errante dirige su atención hacia la reorganización del esquema de la vida diaria que esta experiencia inevitablemente conlleva, sin tener en cuenta el convertirse o no en monje en su sentido estricto. La bodichita, como ya he dicho antes, representa el aspecto altruista, 'el mirar por los demás', de esa experiencia.

Quizás tengamos ahora una concepción mejor y más amplia de lo que significa tomar refugio. Implica mucho más de lo que la gente normalmente cree y es por esto que se le da tanta importancia en los "Amigos de la Orden Budista Occidental". El uso de la palabra "refugio" a veces lleva a confusión, porque se la asocia mentalmente con, "refugiado". Expresiones como "tomar refugio", "ir en busca de refugio" tienen, de hecho, otras connotaciones como son las de escapar de las dificultades, tomar la salida fácil, etc. Teniendo en cuenta todo lo dicho hasta ahora, debería haber quedado claro que tomar refugio en el sentido budista no tiene nada que ver con escapar o con huir. Sin embargo, para evitar la posibilidad de error o confusión por parte de los que no se encuentren familiarizados con la expresión, hablamos a menudo, no de Ir al Refugio, sino de "comprometerse". La palabra "compromiso" o "comprometerse" está muy de moda últimamente en occidente; nosotros decimos que es una palabra especial. Así que a menudo hablamos no de tomar refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha, sino de comprometerse con el Buda, comprometerse con el Dharma y comprometerse con la Sangha. Esto no es todo. Con el paso de los años hemos llegado a distinguir cuatro niveles de la toma de refugio, cuatro niveles de compromiso.

En primer lugar, se encuentra el Ir al Refugio "provisional" a veces llamado tomar refugio étnico. Consiste simplemente en recitar la fórmula en pali o en otra lengua de la toma de refugio, sólo porque forma parte de la propia cultura nacional. En países budistas como Sri Lanka, Tailandia o Burma, es fácil encontrar gente recitando la fórmula de la toma de refugio, *Buddham Saranam Gacchami*, etc, sin entender su significado. Es sólo una parte de su cultura y no tiene un significado espiritual real para ellos. La recitación de la fórmula, incluso sin entenderla no es algo incorrecto, pero ciertamente no es suficiente. De la misma manera, a veces se encuentra gente en los países budistas de Asia que se consideran a sí mismos como "budistas de nacimiento". Pero, ¿cómo se puede ser budista de nacimiento? ¿es que ya sale uno del vientre de su madre recitando "*Buddham Saranam Gachami*"? Un budista de nacimiento es algo completamente contradictorio. Uno puede convertirse en budista sólo consciente y deliberadamente, como resultado de una elección personal. No es posible que uno nazca budista. El propio Buda criticaba a los brahmines de su época por pensar que uno podía nacer brahmin. Vosotros seréis brahmines, insistía, sólo a partir de vuestra actuación como tales. Si la verdad y la corrección se hallan en vosotros, entonces se os



podrá llamar brahmines, y no por otro motivo. Del mismo modo, uno no puede ser budista de nacimiento. La gente de los países budistas que aseguran que son budistas de nacimiento no son mejores que los ancianos brahmines que decían que eran brahmines de nacimiento. Lo que esto significa es que el budismo, así llamado, se ha convertido simplemente en brahmanismo. Esto es algo muy importante. El tomar refugio debe ser algo real. Sí tú eres budista, eso debe depender de tu propia voluntad, de tu propio entendimiento. Así que uno no puede ser budista de nacimiento. Si piensas que sí, es que estás todavía en el nivel de la toma de refugio provisional, cuyo significado es cultural más que genuinamente espiritual.

En segundo lugar, se encuentra el Ir al Refugio "efectivo". Se trata de un compromiso consciente y de todo corazón con el Buda, el Dharma y la Sangha. Aunque ese compromiso sea sincero y genuino, no es lo suficientemente fuerte como para hacer superar los tres obstáculos y no implica la entrada en la corriente. Uno puede fracasar aunque haya tomado refugio efectivo.

En tercer lugar se encuentra el Ir al Refugio "real". Este coincide con la entrada en la corriente, que implica la superación de los tres obstáculos. Uno no puede fracasar a partir de este nivel.

En cuarto y último lugar, se encuentra el Ir al Refugio "absoluto". En este nivel, en cierta forma, no hay toma de refugio. Aunque de hecho se tome refugio en el Buda, ahora que se ha alcanzado la iluminación, uno mismo es Buda. Aquí, pues, al haberse llegado a la meta ansiada, el sujeto de la toma de refugio y el objeto de la misma son lo mismo, Buda toma refugio en Buda.

Estos son los cuatro niveles del Ir al Refugio, o los cuatro niveles de compromiso. Ayuda mucho pensar sobre la toma de refugio, de esta manera. Añadiré algo más, sin embargo, acerca del nivel más elevado, el "absoluto". En la tradición mahayana se afirma a veces que en último término sólo hay un refugio, que es el del Buda. En un sentido hay un refugio en el Dharma y un refugio en la Sangha, pero en otro sentido no es así. Después de todo, el Dharma procede del Buda, es el resultado, la creación de la experiencia de la iluminación del Buda. El vehículo a través del cual se transmite esa experiencia a otros seres humanos para que les sirva de ayuda. De igual modo, la Sangha es la comunidad espiritual integrada por los que practican el Dharma. Así como el Dharma depende del Buda, la Sangha depende a su vez del Buda. Concluyendo diremos que sólo existe el Buda: sólo existe el refugio en el Buda. Aunque hablemos de tres refugios, en última instancia los tres refugios se convierten en uno. Pero por ahora, sin embargo, no hay duda de que es muy beneficioso pensar en términos de tres refugios, en términos del refugio en los tres objetos.

Quisiera concluir volviendo a hablar de nuestro nuevo movimiento budista. En el corazón de este movimiento, en el corazón de los "Amigos de la Orden Budista Occidental" se encuentra una comunidad espiritual de personas que han tomado refugio de manera efectiva. Quizás ninguno de ellos haya llegado hasta la toma de refugio "real" pero por lo menos, han trascendido la toma de refugio "provisional". Lo que hemos conseguido crear a lo largo de tantos años en esta orden, en esta Sangha o comunidad espiritual de gente que toma refugio, es que hacen del acto de tomar



refugio algo central en sus vidas, y que hacen hincapié en ello. Algunos de ellos viven en sus casas, con sus esposas o maridos y sus hijos; otros, viven en comunidades de hombres o de mujeres. Unos pocos son anagarikas, que significa que han tomado el voto de celibato. Como ya he mencionado anteriormente, todos los miembros de la orden observan diez preceptos: abstenerse de dañar a ningún ser vivo; de tomar lo que no les ha sido dado; de conducta sexual incorrecta (en el caso de los anagarikas, de romper su voto de celibato); del falso discurso; del discurso frívolo, vano e inútil; del discurso que divide y desune a la gente; de la ansiedad; del odio y de los puntos de vista equivocados. De acuerdo con la tradición budista, los bikshus o monjes observan 227 ó 250 preceptos, pero con el paso del tiempo muchos de ellos se han deteriorado en su esencia, y hoy en día son venerados más en su forma externa que en su observancia real. Por lo tanto, decidimos tener una lista corta de preceptos que la gente pudiera considerar verdaderamente.

De este modo, contamos con una orden, esa Sangha o comunidad espiritual de gente que ha tomado refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha, gente que realmente practica el dharma, que observa los "diez preceptos". Algunos de ellos han sido miembros de la orden durante diez, doce o más años, y están recogiendo experiencias constantemente, por medio de dar clases de meditación, conferencias, o de participar en los negocios cooperativos. De hecho, este núcleo de personas dedicadas de lleno y comprometidas que hay en el corazón del movimiento, son los responsables de que todo funcione perfectamente.

De todo esto podemos sacar la conclusión evidente, espero, de la vital importancia para nosotros mismos como individuos, y para la sociedad a la que pertenecemos, que tiene el tomar refugio.

Espero que seamos capaces de crear esa Sangha o comunidad espiritual de aquellos que van al refugio, no sólo en Gran Bretaña y en occidente, sino en muchos otros países del mundo. Si somos capaces de hacerlo, debe ser, sin embargo partiendo del Buda, del Dharma y de la Sangha. Sólo puede darse una transformación a partir del Ir al Refugio.

© Sangharákshita 1983  
Descargado de  
[www.librosbudistas.com](http://www.librosbudistas.com)

